

Die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen Teil 2

Seminar-Inhalte

Arbeitsbedingte Ursachen psychischer Belastung und Beanspruchung

- Stress: Arbeitsverdichtung, Termindruck, ständige Unterbrechungen
- Überforderung, Angst vor Arbeitsplatzverlust
- Die Rolle der Kollegen: Ausgrenzung, Konkurrenzkampf, Mobbing
- Verhalten der Führungskraft: Faktor Macht, fehlende Anerkennung und übermäßige Kontrolle
- Gegen den Biorhythmus: Nacht-/Schichtarbeit als besondere Belastungsfaktoren

Auftreten von Krankheitsbildern durch Stress, Burnout und Mobbing

- Körperliche Erkrankungen: Herz-/Kreislauferkrankungen, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Erkrankungen, Schwindelanfälle, übermäßiges Schwitzen
- Psychische Erkrankungen: Panikattacken, Depression, Sucht, Angststörungen, Suizidgefahr
- Burnout – wenn nichts mehr geht: Definition, Symptome und Verlauf

Umgang mit psychisch belasteten und beanspruchten Kollegen

- Nicht wegschauen: ansprechen und Unterstützung geben – aber wie?
- Als Kollege – Belastungen begegnen und sie bewältigen?
- Gespräche mit Vorgesetzten
- Eigene Grenzen erkennen
- Welche Unterstützungsangebote und professionelle Hilfen gibt es?

Handlungsmöglichkeiten des Betriebsrats und Instrumente zur Ermittlung psychischer Belastung

- Mitwirkungs- und Mitbestimmungsrechte des Betriebsrats
- Pflichten des Arbeitgebers
- Beobachtungen und Interviews mit einzelnen Kollegen
- Mitarbeiterbefragung
- Checklisten und andere Verfahren zur Erfassung psychischer Arbeitsbelastungen und deren Folgen (Stress, psychische Ermüdung, Monotonie, Erschöpfung)
- Die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen als Chance für ein Betriebliches Gesundheitsmanagement

Inhouse-Seminar Anfragen

Für dieses Seminar stehen aktuell keine Termine zur Verfügung, gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Inhouse-Seminar Termin. Sie erreichen uns telefonisch unter **05621 73936** oder per Email an seminar@institut-gem.de. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Seminarfakten

Dauer

3.5 Tage

Preise*

1. Teilnehmer: 1390 €

3. Teilnehmer: 1290 €

*Seminargebühren zzgl. Hotel- und Verpflegungskosten und der gesetzl. MwSt. Staffelpreise gelten für Teilnehmer aus einem Gremium zum selben Termin.